

学生实用书法一点通

预防近视版

校园纯情小语

钢笔书法系列字帖

庞中华题

楷书

一生中，总情
 但定要开花
 情缘。一定情深不能
 并无情。时间可永
 有。那是一个人
 刺。但那是一个人
 在的，但做了一生
 深，然后道这一生
 还是的情。我知道以
 生的情。我知了。回首
 太大，了。回首
 一个大的了。回首
 那一刻是蓦然回首

宽
 谅解、名词。
 代名词。
 韧性、都
 耐心、都
 包涵，都
 容。

黄继成 / 书

内蒙古少年儿童出版社

钢笔书法系列字帖

黄继成 编著

内蒙古少年儿童出版社出版

(通辽市霍林河大街 24 号)

责任编辑：巴特尔 封面设计：李军

随州市教育印刷厂印刷

内蒙古新华书店发行 各地新华书店经销

开本：787×1092 毫米 1/16 字数：350 千字

2001 年 1 月第 1 版 2001 年 1 月第 1 次印刷

印数：1—10000 册

ISBN7—5312—1337—0/J·247

全套定价：80.00 元 每册定价：8.00 元

(本书如发现印装质量问题请直接与承印厂调换)

编写使用说明

好字不难练

方法是关键

字帖要选对

事半功倍

本书提供给你最新科学速成的练字方法，让您事半功倍，笔下生花，人生更潇洒！

为了满足广大青少年朋友写好写快钢笔字的愿望，我们特邀当代青年硬笔书法家黄继成先生，根据自己多年的书法教学经验，精心总结、编写了这套集摹帖、描红、临帖为一体的最新校园精美钢笔速成习字帖，以奉献给广大的青少年朋友们。

摹、临、描这三种综合方法，是初学者提高书写水平的必经之路。摹帖，就是将较薄的白纸蒙在字帖上，随着范字的影子描写（也叫影描），通过摹写，能够让初学者熟悉和把握汉字的结构及笔画特点。描红，就是用钢笔直接在红字上描写，将汉字描成蓝字或黑字，这样就更加直观易学，从而很快摆脱自己以往积久成习的不规范字体，进入规范化书写。临帖，就是将字帖置于桌上，认真观察字帖的笔画、结构形态，做到心中有数，然后在自备的纸上书写，临帖可掌握字的神态。古人说，摹帖、描红能掌握字的位置（形似），临帖能掌握字的精神（神似），二者应相互穿插进行。

这套字帖就是根据摹、描、临综合习字法编写而成的。它既是一本精美的书法练习册，又是一本优秀的临写范帖，使你在反复的摹、描、临过程中能得到科学的强化训练，能较快培养出你的良好书写习惯，从而实现你写好字的愿望。

本字帖在练习过程中，须注意以下几点：

1、每天练习时间为30分钟以上，尽量不要间断练字，动笔之前要认真理解说明文字。

2、每天练一页，即每页摹写一遍，描红一遍，如时间充足还要临写一遍，不要匆匆完成。

3、每一个字的笔画要一笔完成，不要反复涂描，这就需要我们看准每个字的笔画及结构形态，做到心中有数，描写时才能准确到位。

练完本字帖后，可写一幅作品寄给本书作者为你批改、评定（见书后附页）。

三毛妙语

云淡风轻，细水长流，

何止君子之交。爱情不也是

如此才叫落花流水、天上人

间？ 《随想》

爱情如果不落实到穿衣

吃饭、数钱、睡觉这些实实在

在在的生活里去，是不容易

天长地久的。 《随想》

爱情不是必需，少它

心中却也荒凉。

荒凉日子难过，难过的

又岂止是情？

《随想》

爱情有如甘霖，没有了它，干裂的心田，即使撒下再多的种子，终是不可能滋发萌芽的生机。 《随想》

爱情的滋味复杂，绝对值得一试二尝三醉。三次以后，就不会再有人勇于痛饮了。 《随想》

云淡风轻，细水长流，何止君子之交。爱情不也是如此才叫落花流水、天上人间？ 《随想》

两性朋友关系一旦转化

为爱情，最是两全其美。

《随想》

爱，既然如此，既然我们想，我们沉醉，我们爱，那么这件事情，必然有着它的价值和迷人之处。

《亲爱的三毛》

当一个人，印证了世界上存在着另一个人，与他真诚相爱，就是幸福。

《亲爱的三毛》

当一个人，被它视为最亲爱的人所欺骗时，人生极

大的痛苦之一，于是产生。

《亲爱的三毛》

初恋是人生很重要的阶段。它使我们知道除父母之爱，还有男女之爱。我把初恋列为一个重要的里程碑。初恋往往都失败，但这是第一道楼梯，非走不可。但意义重大。人的一生可以忘记很多很多个曾经交往过朋友，却忘不了初恋的情人。并不是这个情人是那么永恒，而里程碑是这么重要。

《送你一匹马》

没有爱，我也什么都不
 是了，一个没有名字的行尸
 走肉而已。 《温柔的夜》

最爱在晚饭过后，身边
 坐着我爱的人，他看书或看
 电视，我坐在一盏台灯下，
 身边堆着布料，两人有一搭
 没一搭的说着闲话，将那份
 对家庭的情爱，一针一针细
 细的透过指尖，缝进不说一
 句话的帘子里去。然后有一
 日，上班的回来了，窗口飘
 出了帘子等他一家就成了。

《背影》

一个女人在一生中，总会碰到一些情缘。但这种情缘我认为，并不一定要开花结果，但还是有情。情深不能深呢？在那一刹那时间可能还是很深的，但不是一个永生的情。然后做了一个人的太太，我知道这一生是属于一个人的了。以前寻寻觅觅，那一刻是蓦然回首了。

《送你一匹马》

耐心、韧性、谅解、宽容、包涵，都是爱的代名词。

《谈心》

在我们生活中，总不免会和别人发生一些小误会。在发生误会的时候，也就是我们运用克己恕人的精神的时候。不管误会因何而生，我们总应尽量主动去向对方解释。不要固执矜持，任小误会扩大加深，造成彼此之间更大的裂痕。

用感情软化之后的敌人可以成为朋友，被强硬态度吓倒的敌人却仍然是一个心腹之患。因为他“心不甘”，随时都准备着乘机再起，报仇雪恨。

		只	有	有	自	尊	心	的	人	才	能
尊	重	别	人	，	也	只	有	有	自	信	心
的	人	才	知	道	如	何	相	信	别	人	。
人	与	人	之	间	靠	互	相	尊	重	和	信
任	，	才	能	真	正	合	作	，	才	会	使
我	们	感	到	人	间	的	温	暖	和	快	乐。
		人	间	一	切	关	系	都	不	能	只
取	得	而	不	付	出	的	。	交	朋	友	如
只	希	望	从	朋	友	处	得	到	照	顾	和
帮	助	，	而	不	准	备	为	朋	友	付	出
自	己	的	慷	慨	和	义	气	，	是	永	远
达	不	到	真	正	好	朋	友	的	境	界	的。
		我	们	一	生	，	在	有	形	无	形
之	中	仰	赖	别	人	的	太	多	了	！	而

我们究竟对那些于我们有帮助的亲友、朋友、同事、同学，以至于许多直接间接为我们做着我们自己的事情的人做了些什么呢？

朋友有好几种，有的朋友是“有用”的朋友，你求于他的时候，他会很慷慨的，不辞辛苦地帮助你。又有的朋友不是“有用”的朋友，而是可以谈心的朋友。这种朋友对你的思想感情和内在有启发和安慰的作用。他可能不会在实用的事物上

帮你的忙，但是和他在一起时，会使你觉得如面对美景，心旷神怡。又象是在读一本内容丰富的书，使你的内心品德得到益处。因此，在交朋友之际，不可只看对方对自己是否有用，而更要问对自己是否有益。

友情是很珍贵难得的一件东西，我们可能在千百人中，找不到一个真正的朋友，可是，这正象开凿油井一样，只要你找到了一个，你就一生都不会贫乏了。

		你	交	到	什	么	朋	友	，	是	要
看	你	自	己	以	哪	一	种	出	发	点	去
找	朋	友	。	注	重	情	谊	的	人	，	对
那	喜	欢	功	利	的	人	自	然	会	敬	而
远	之	。	对	那	以	功	利	的	标	准	去
选	择	而	得	来	的	朋	友	，	我	们	自
然	不	能	再	在	情	谊	上	去	对	他	苛
求	。										
	“	同	利	”	的	朋	友	，	在	你	们
互	相	有	用	的	当	时	，	可	能	相	处
得	很	好	。	但	既	然	这	友	情	是	建
立	在	利	害	关	系	上	，	那	么	，	一
旦	你	在	他	心	中	的	利	用	价	值	消
失	了	，	他	当	然	就	撇	下	着	再	来
和	你	交	往	了	。						

把快乐寄托在别人身上，
总难免会失望。一个人假如
没有一点适当的方法来安排
自己的生活，他即使“求”
来了一个朋友，也仍然会常
常感到痛苦、失望和紧张的。

交朋友要靠平时。友情
是一种最需要小心积蓄和保
存的财富。你不能到用得着
朋友的时候才去交朋友，而
要在平时，用无所谓的心情
去交朋友。朋友之间如加入
了功利的目的，那么，这种
友情必定受不住考验。

有人用感情交朋友，有人用理智交朋友。用感情交朋友的人，对朋友的好处和缺点一律钟爱，对朋友的错误也大量宽容。用理智交朋友的人对朋友是非分明，但也正因为他的诤言直谏，会使朋友得到更大的益处。这两种人交友的态度虽然不同，但他们对朋友的诚意则是一样的。

与朋友交往，千万不要存在着一定要占尽上风的念头。人们多半是因为寂寞才需要朋友，应该多给朋友发

表 意 见 的 机 会 。

交 朋 友 是 双 方 互 相 付 出
善 意、 宠 爱 与 关 心 的。 这 样
彼 此 在 一 起 时 才 会 觉 得 自 由
和 快 乐。

精 神 上 的 压 力 最 苦 恼。
不 要 对 别 人 存 有 成 见 和 敌 意，
解 除 了 对 别 人 的 戒 备， 你 会
发 现， 生 活 的 境 界 开 朗 多 了。

与 人 坦 城 相 见， 人 们 会
了 解 你 的 优 点， 而 原 谅 你 的
缺 点； 待 人 矫 饰 诈 伪， 人 们
会 把 你 的 优 点 看 做 假 的， 把